

GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

Die Jugendaktion GUT DRAUF

Ein zusätzliches Angebot im Rahmen des Modellvorhabens
„Gesund aufwachsen in Marzahn-Hellersdorf“

Jennifer Nickel

GUT DRAUF-Landeskoordination

Gesundheit Berlin-Brandenburg

BZgA

Eine Jugendaktion
der Bundeszentrale
für gesundheitliche
Aufklärung



**Gesundheit
Berlin-Brandenburg e.V.**
Arbeitsgemeinschaft
für Gesundheitsförderung

Die Jugendaktion GUT DRAUF

- » Projektträger ist die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)



- » **Zielgruppe:**



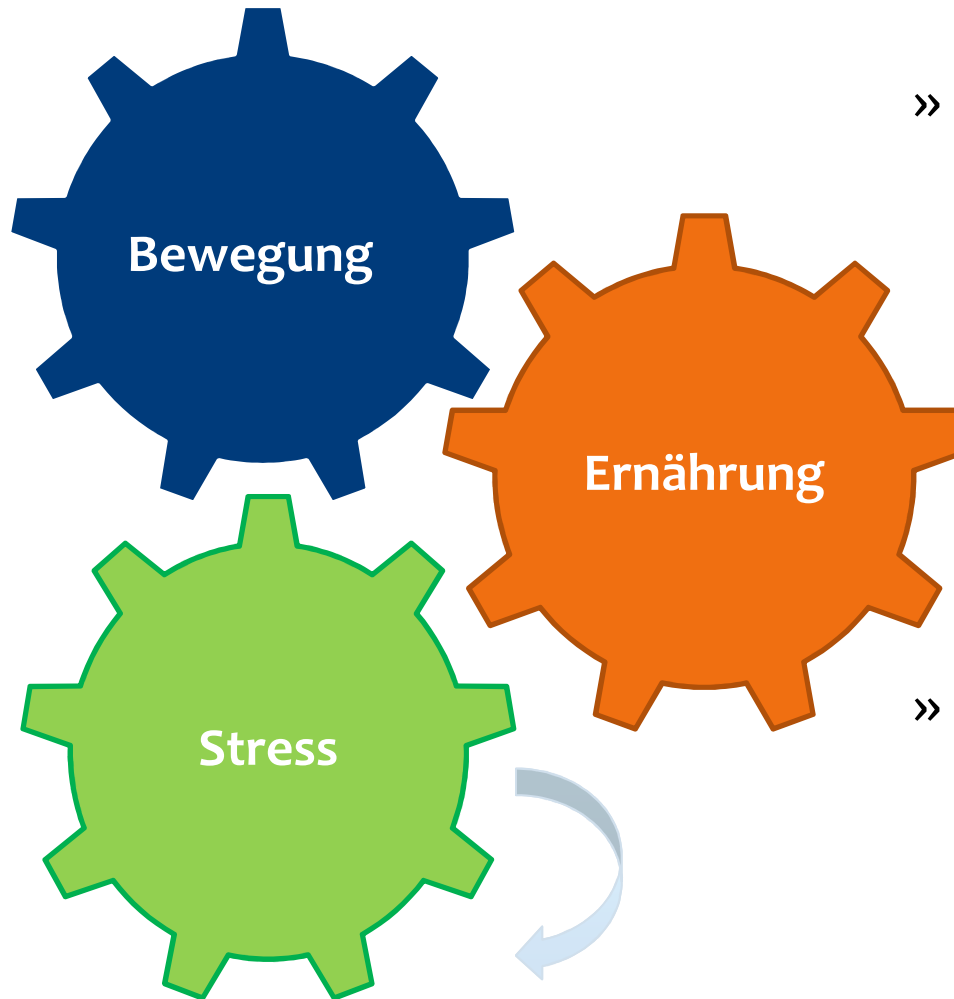
GUT DRAUF für Jugendliche
von 12 bis 18 Jahren



„Unterwegs nach Tut mir gut“ für
Kinder von 5 bis 11 Jahren

- » Jugendeinrichtungen, Schulen, Sportvereine,
Jugendreisen und -unterkünfte, Ausbildungsbetriebe

Wechselwirkung: Ernährung, Bewegung, Stress



- » **Ganzheitliches Konzept**
 - » Gesunde, ausgewogene und genussvolle Ernährung
 - » Regelmäßige und mit Spaß verbundene Bewegung
 - » Gelungene Stressbewältigung
- » **Physisches, psychisches und soziales Wohlergehen der Jugendlichen**

GUT DRAUF – eine jugendbezogene Gesundheitsförderung

- » **Ressourcen** von Kindern und Jugendlichen **stärken**
- » **Bewältigungsstrategien** von gesundheitlichen Herausforderungen und Belastungen **verbessern**
- » **Negativ** beeinflussende **Lebensumstände** erkennen und ihnen **entgegenwirken**
- » **Gesundheitsförderliche Lebenswelten schaffen**
- » **Umsetzung auf der Verhältnis- und Verhaltensebene**

**Es geht nicht darum,
Neues zu erfinden,
sondern bereits
Bestehendes
unter die Lupe
zu nehmen...**





Handlungsfeldspezifische Qualitätsstandards

QUALITÄTSSTANDARDS für Jugendeinrichtungen

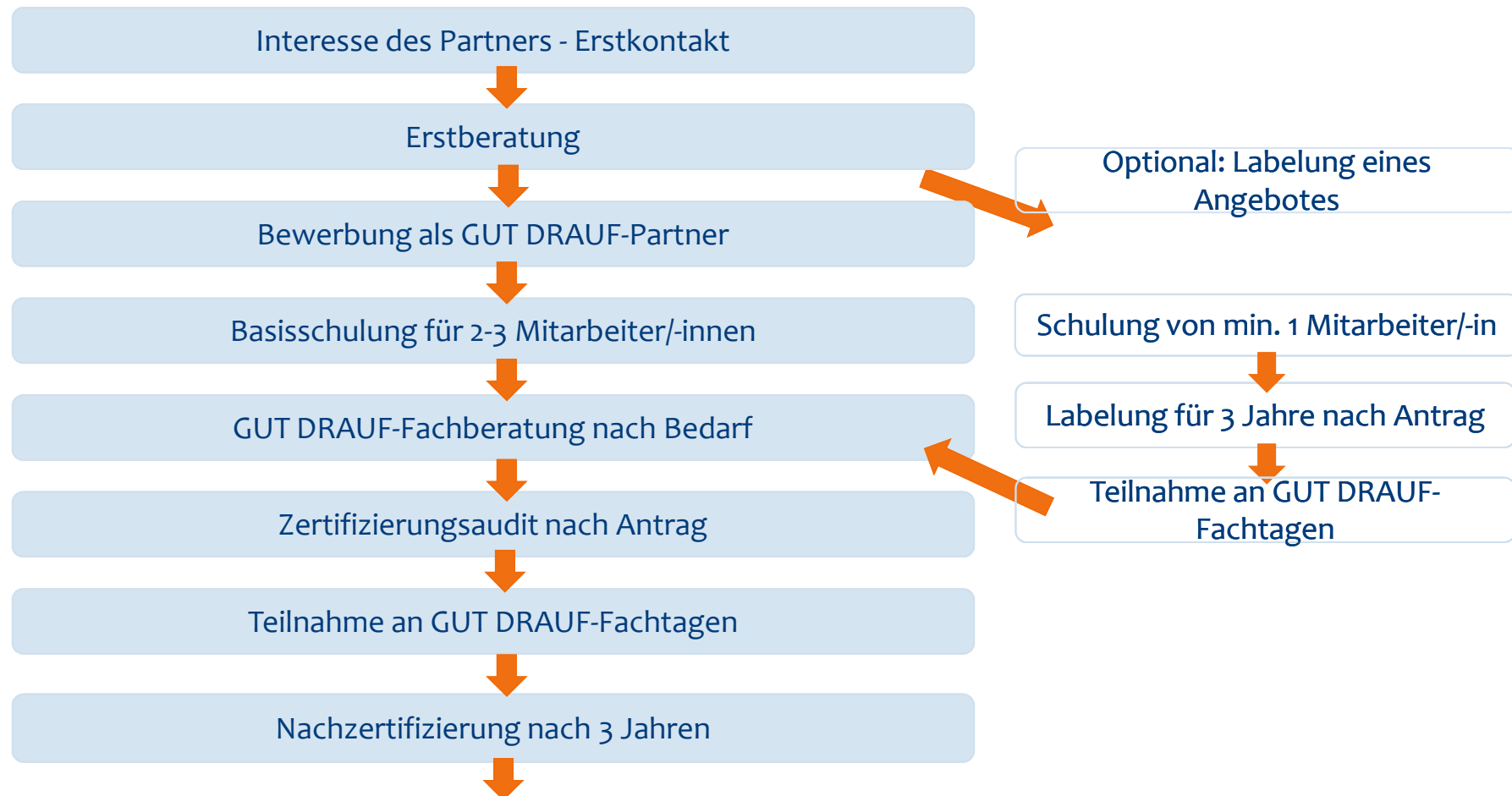
wissenschaftlich
abgesichert

| Nr. | Qualitätsstandards | Muss | Kann | Selbsteinschätzung Partner | Punkte | |
|------|---|------|------|----------------------------|--------|--|
| 2.21 | Ständiger Ausleihservice von Spiel- und Sportgeräten für innerhalb des Hauses, z.B. Billard, Kicker, Tischtennis, mobile Musikanlage | ✘ | | | | |
| 2.22 | Vorhalten eines Equipment für einen GUT DRAUF-Sportevent (s. 3.5) (Nachweis durch Bestandliste mit Lagerplatz und Ideen-skizze für ein solches Event) | ✘ | | | | |
| 2.23 | Ausgewiesener Ruheraum oder ausgewiesener Ruhebereich innerhalb der Institution (Nachweis durch Begehung) | ✘ | | | | |
| 2.24 | Gestaltung eines Gruppenraumes bzw. mehrerer Gruppenräume im Sinne des GUT DRAUF-Wohlfühlkonzeptes, z.B. durch Farbkonzept, Lärmdämmung, Licht, Vorhänge, Möbel, gepflegte Atmosphäre, Raumteiler, jugendgerechtes Ambiente, Kuschelecke, Sofas, Grünpflanzen (Nachweis durch Begehung) | ✘ | | | | |
| 2.25 | Gestalteter Gemeinschaftsbereich – z.B. Cafeteria, Mensa, zentraler Eingangsbereich, Clubhaus – im Sinne von GUT DRAUF | | | | | |

Gesundheitsbezogene Organisationsentwicklung

- » **Schulungsangebot für Fachkräfte** (Basisschulung, Fachtage, etc.)
 - » Themen: Ernährung, Bewegung, Stressregulation
 - » Know How: Inszenierung, Aufgreifen aktueller Jugendtrends, Erreichbarkeit von Jugendlichen, Beteiligung
- » **Individuelle fachliche Beratung** vor Ort
- » **Begleitung** während des Zertifizierungsprozess
- » **Audit** mit Zertifizierung
 - » Berücksichtigt strukturelle Rahmenbedingungen
 - » **Qualität** nach außen sichtbar machen
- » **Evaluationsverfahren** zur Überprüfung sowie kontinuierlichen Weiterentwicklung von GUT DRAUF

GUT DRAUF-Zertifizierungsprozess



... für die teilnehmenden Partner

- » Materialien für Fachkräfte und Jugendliche
- » Schulungen, Tagungen und Fachberatungen
- » Audit und Zertifizierung nach standardisiertem Qualitätskonzept
- » Öffentlichkeitsarbeit für Qualitätsmarke



... darüber hinaus

- » Marzahn-Hellersdorf als erstes Schwerpunktnetzwerk
- » enge Begleitung durch Landeskoordination (Basisschulung, Fachberatung, Fachtagung im nächsten Jahr, Vernetzung)
- » Unterstützung durch das Modellvorhaben
- » Anknüpfungspunkte zu dem Modul Bewegungsförderung des Modellvorhabens (Qualifizierung von Bewegungstrainer/innen)
- » Baustein im Rahmen des Aufbaus einer Präventionskette für gesundes Aufwachsen

GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

GUT DRAUF

Bewegen, entspannen, essen – aber wie!

Eine Jugendaktion der Bundeszentrale
für gesundheitliche Aufklärung

**Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!**

Jennifer Nickel

GUT DRAUF-Landeskoordination

Gesundheit Berlin-Brandenburg

Friedrichstr. 231, 10969 Berlin

Tel.: 030-4431 9060, Fax: 030-4031 9063

gutdrauf@gesundheitbb.de

<http://www.gutdrauf.net>